

SKRIPSI

FAKTOR - FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN SIKLUS MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI DI PONDOK PESANTREN MIFTAHUL ULUM DESA KEPENUHAN RAYA

Skripsi ini diajukan untuk memenuhi persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan



SUGIANTI

NIM : 2339165

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PASIR PENGARAIAN
2024**

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi dengan Judul : **“FAKTOR - FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN SIKLUS MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI DI PONDOK PESANTREN MIFTAHUL ULUM DESA KEPENUHAN RAYA”** telah disetujui sebagai Skripsi dan dinyatakan memenuhi syarat untuk diseminarkan.

Pasir Pengaraian, Juli 2024

Pembimbing,



Bdn. Heny Sepduwiana, SST,M.Kes

NIDN : 8879250017

HALAMAN PENGESAHAN

FAKTOR - FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN SIKLUS MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI DI PONDOK PESANTREN MIFTAHUL ULUM DESA KEPENUHAN RAYA

Skripsi

Di susun Oleh:
Sugianti
NIM: 2339165

Diujikan Dalam Sidang Skripsi
Pada 3 Juli 2024

Mengetahui

Pembimbing



Bdn. Heny Sepduwiana, SST.M.Kes
NIDN : 8879250017

Penguji I



Ns. Romy Wahyuny, M.Kes
NIDN: 1017068404

Penguji II



Andriana, SST, M.Keb
NIDK: 880807018

Disahkan Oleh:
Dekan Fakultas Ilmu Kebidanan



Rika Herawati, SST, Mkes
NIDK: 88328260017

Disetujui Oleh:
Ketua Program Studi Ilmu Kebidanan



Andriana, SST, M.Keb
NIDK: 880807018

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Sugianti

NIM : 2339165

Program Studi : Sarjana Kebidanan dan Pendidikan Profesi Bidan

Judul Skripsi : 'Faktor - Faktor Yang Berhubungan Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Miftahul Ulum Desa Kepenuhan Raya'

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar - benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilan alih tulis atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa skripsi ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan sendiri.

Pasir Pangaraian, Juli 2024

Yang Membuat Pernyataan



Sugianti

NIM : 2339165

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kepada Allah, Tuhan Yang Maha Esa, atas segala rahmat dan karuniaNya. Sehingga peneliti dapat menyusun dan menyelesaikan skripsi ini dengan judul: “Faktor - Faktor Yang Berhubungan Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Miftahul Ulum Desa Kepenuhan Raya”

Proses penulisan skripsi ini tidak terlepas dari dukungan dan motivasi dari semua pihak. Pada kesempatan ini peneliti juga ingin mengucapkan terima kasih kepada pembimbing yakni: Ibu bdn Heny Sepduwiana, SST,M.Kes yang senantiasa meluangkan waktu dan penuh kesabaran membimbing peneliti mulai dari penyusunan skripsi penelitian ilmiah ini sampai dengan dapat diajukan dan diuji dihadapan komisi penguji.

Penulis juga mengucapkan terima kasih dan penghargaan yang setinggi - tingginya kepada:

1. Dr Hardianto, MPd selaku Rektor Universitas Pasir Pangaraian.
2. Zulkifli, MH, selaku Wakil Rektor I Universitas Pasir Pangaraian.
3. Hidayat, MM, selaku Wakil Rektor II Universitas Pasir Pangaraian.
4. Rika Herawati, SST, M.Kes, Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pasir Pangaraian.
5. Andriana, M.Keb, Selaku Kepala Program Studi Ilmu Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pasir Pangaraian dan Sekaligus Selaku Penguji II.

6. Bdn. Heny Sepduwiana, SST, M.Kes selaku dosen pembimbing yang banyak memberikan arahan, bimbingan, masukan dan juga motivasi kepada penulis selama menyelesaikan skripsi ini.
7. Ns. Romy Wahyuni, M.Kes selaku Penguji I.
8. Seluruh dosen program studi sarjana kebidanan fakultas ilmu kesehatan Universitas Pasir Pengaraian.
9. Pengasuh Pondok Pesantren Miftahul Ulum yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk melakukan penelitian.
10. Teristimewa untuk kedua Orang Tua penulis, yang telah mendidik dan selalu mendo'akan dengan penuh kasih sayang.
11. Teruntuk suami tercinta yang telah mendampingi serta senantiasa memberikan motivasi sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
12. Kepada kakanda dan adinda tercinta, dan seluruh keluarga yang telah memberikan dukungan dan semangat kepada penulis selama menyelesaikan skripsi ini.
13. Teristimewa penulis ucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada seluruh teman - teman di Fakultas Kesehatan Program Studi Ilmu Kebidanan Universitas Pasir Pengaraian. yang selalu memberikan dukungan dan motivasi kepada penulis hingga dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini penulis ucapkan terima kasih atas kebersamaannya.

Peneliti juga menyadari kurang memadainya ilmu pengetahuan, sehingga masih terdapat banyak kekurangan dalam skripsi penelitian ilmiah ini. Dan sebagai manusia yang tidak luput dari kekurangan, maka peneliti

memohon maaf yang sebesar - besarnya. Pada kesempatan ini juga peneliti mengharapkan kritik, saran dan masukan dari pembaca demi kesempurnaan dari skripsi penelitian ilmiah ini.

Semoga Tuhan Yang Maha Esa senantiasa membalas semua kebaikan dan bantuan yang telah peneliti terima dalam proses penulisan skripsi penelitian ilmiah ini.

Pasir Pangaraian, Juli 2024

Sugianti

RIWAYAT HIDUP PENULIS

I. IDENTITAS PRIBADI

Nama : Sugianti

Tempat / Tanggal Lahir : Surakarta, 5 Agustus 1987

Jenis Kelamin : Wanita

Anak Ke : Kedua Dari Lima Bersaudara

Agama : Islam

Suku / Bangsa : Jawa / Indonesia

Nama Ayah : Sumadi

Nama Ibu : alm. Poniati

Alamat : Desa Kepenuhan Raya Kecamatan Kepenuhan

II. RIWAYAT PENDIDIKAN

Tahun 1994- 2000 : SD Negeri 013 Kepenuhan, rokan hulu Lulus dan Berijazah

Tahun 2000 - 2003 : MTs Darul Ulum Kepenuhan Lulus dan Berijazah

Tahun 2003 - 2006 : SMA Pondok Pesantren Darul Hikmah, lulus dan berijazah

Tahun 2006 – 2009 : D-III Kebidanan KHOLISATUR RAHMI BINJAI, lulus dan berijazah

Tahun 2023 – 2024 : Mahasiswi Program Studi Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pasir Pangarian

III. RIWAYAT PEKERJAAN

Tahun 2012 - sekarang : Bidan Swasta di Kepenuhan

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iv
KATA PENGANTAR	v
RIWAYAT HIDUP	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR BAGAN	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
ABSTRAK	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Perumusan Masalah..	6
C. Tujuan Penelitian...	6
1. Tujuan Umum	6
2. Tujuan Khusus	6
D. Manfaat Penelitian.	7
E. Keaslian Penelitian	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Tinjauan Teori	9
1. Konsep Remaja.....	9
2. Menstruasi	11
3. Faktor - faktor yang mempengaruhi siklus menstruasi .	19
4. Hubungan Status Gizi dengan siklus menstruasi.....	31
5. Hubungan Aktifitas Fisik dengan Siklus Menstruasi	32
6. Hubungan Tingkat Stres dengan Siklus Menstruasi.....	33
B. Kerangka Teori	33
C. Kerangka Konsep	34

D. Hipotesis	34
---------------------	----

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Rancangan Penelitian	36
B. Populasi dan Sampel	36
1. Populasi	36
2. Sampel	37
C. Ruang Lingkup Penelitian	37
D. Variabel Penelitian	38
E. Defenisi Operasional	38
F. Jenis Data	40
G. Teknik Pengumpulan Data	40
H. Instrumen Penelitian	40
I. Pengolahan Data	41
J. Analisis Data	42

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	44
B. Pembahasan	49

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan.....	55
B. Saran	56

DAFTAR PUSTAKA

DAFTAR LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian.....	8
Tabel 2.1 Pengukuran Antropometri.....	22
Tabel 2.2 Klasifikasi Aktivitas Fisik.....	25
Tabel 2.3 Kategori Tingkat Aktivitas Fisik Berdasarkan Nilai PAL.....	26
Tabel 3.1 Defenisi Operasional.....	38
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi, Siklus Menstruasi, Status Gizi, Aktifitas Fisik, Tingkat Stres.....	45
Tabel 4.2.1 Hubungan Status Gizi dengan Siklus Menstruasi.....	46
Tabel 4.2.2 Hubungan Antara Aktifitas Fisik Terhadap Siklus Menstruasi	47
Tabel 4.2.3 Hubungan Antara Tingkat Stres Terhadap Siklus Menstruasi..	48

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Kerangka Teori	33
Bagan 2.2 Kerangka Konsep.....	34

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Lembar Persetujuan (Informed Consent) Menjadi Responden
- Lampiran 2 : Kuesioner Penelitian
- Lampiran 3 : Master Table Penelitian
- Lampiran 4 : Hasil Deskripsi Kuesioner
- Lampiran 5 : Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 6 : Surat Permohonan Pengambilan Data
- Lampiran 7 : Surat Balasan Izin Penelitian
- Lampiran 8 : Lembar Konsultasi

PROGRAM STUDI ILMU KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PASIR PENGARAIAN
Skripsi, Juli 2024

SUGIANTI

**FAKTOR - FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN SIKLUS
MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI DI PONDOK PESANTREN
MIFTAHUL ULUM DESA KEPENUHAN RAYA**

xv+ 56 halaman + 2 bagan + 8 tabel + 8 lampiran

ABSTRAK

Menstruasi adalah perdarahan dari rahim yang berlangsung secara periodik. Hal tersebut akibat dari deskuamasi endometrium akibat hormon esterogen dan progesteron yang mengalami perubahan kadar pada akhir siklus ovarium, biasanya dimulai pada hari ke 14 setelah ovulasi. Menstruasi dikatakan teratur apabila berjalan tiga kali dengan rentang periodik yang sama setiap bulannya. Penelitian ini bertujuan untuk Mengetahui “Faktor - Faktor Yang Berhubungan Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri di Pondok Pesantren Miftahul Ulum Desa Kepenuhan Raya. Jenis penelitian ini adalah analisis kuantitatif dengan desain penelitian yang digunakan adalah “*Cross Sectional Study*”. Populasi sasaran adalah seluruh santri putri pondok pesantren Miftahul Ulum Desa Kepenuhan Raya. Sampel penelitian ini sebanyak 39 responden dengan menggunakan *teknik sampel jenuh*. Pengambilan data menggunakan kuisioner dan mengumpulkan data BB, TB, Perhitungan statistic dilakukan menggunakan *analisis univariate* dan *bivariate* dengan uji *chi square*. Tidak terdapat hubungan antara siklus menstruasi dengan status gizi dengan nilai *p value* $0,542 > 0,05$, terdapat hubungan antara siklus menstruasi dengan aktifitas fisik dengan nilai *p value* $0,046 < 0,05$ dan terdapat hubungan antara siklus menstruasi dengan tingkat stres dengan nilai *p value* $0,027 < 0,05$. Kesimpulan dari hasil penelitian ini adalah tidak adanya hubungan antara siklus menstruasi dengan status gizi, terdapat hubungan antara siklus menstruasi dengan aktifitas fisik dan terdapat hubungan antara tingkat stres dengan siklus menstruasi. Saran dari penelitian ini adalah dapat menambah informasi, wawasan dan edukasi bagi remaja putri serta dapat dijadikan sumber informasi untuk menambah pengetahuan.

Daftar Pustaka : 38

Kata kunci : Siklus Menstruasi, Status Gizi, Aktifitas Fisik dan Tingkat Stres.

MIDWIFERY STUDY PROGRAM
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
SANDS UNIVERSITY
Thesis, July 2024

SUGIANTI

FACTORS RELATING TO THE MENSTRUAL CYCLE OF ADOLESCENT GIRLS AT THE MIFTAHUL ULUM Islamic Boarding School, KEPELANGUAN RAYA VILLAGE

xv+ 56 pages + 2 charts + 8 tables + 8 appendices

ABSTRACT

Menstruation is bleeding from the uterus that occurs periodically. This is a result of endometrial desquamation due to the hormones estrogen and progesterone which experience changes in levels at the end of the ovarian cycle, usually starting on the 14th day after ovulation. Menstruation is said to be regular if it occurs three times at the same periodic interval every month. This research aims to find out "Factors Associated with the Menstrual Cycle in Young Women at the Miftahul Ulum Islamic Boarding School, Kepenuhan Raya Village." This type of research is quantitative analysis with the research design used is "Cross Sectional Study". The target population is all female students at the Miftahul Ulum Islamic boarding school, Kepenuhan Raya Village. The sample for this research was 39 respondents using a saturated sampling technique. Data were collected using a questionnaire and collecting data on weight, weight, TB. Statistical calculations were carried out using univariate and bivariate analysis with the chi square test. There is no relationship between the menstrual cycle and nutritional status with a p value of $0.542 > 0.05$, there is a relationship between the menstrual cycle and physical activity with a p value of $0.046 < 0.05$ and there is a relationship between the menstrual cycle and stress levels with a p value of $0.027 < 0.05$. The conclusion from the results of this study is that there is no relationship between the menstrual cycle and nutritional status, there is a relationship between the menstrual cycle and physical activity and there is a relationship between stress levels and the menstrual cycle. The suggestion from this research is that it can provide information, insight and education for young women and can be used as a source of information to increase knowledge.

Bibliography: 38

Keywords: Menstrual Cycle, Nutritional Status, Physical Activity and Stress Level.